

Questionario Alessandro Felice *Performance Coach*

		Niente	Poco	Abbastanza	Molto
1	Quello che fai ti piace?	A	B	C	D
2	Come sei ti piace?	A	B	C	D
3	Quanto vorresti cambiare?	A	B	C	D
4	Quanto vorresti migliorare?	A	B	C	D
5	Qual è stato il tuo più grande successo? _____				
6	Qual è stato il tuo più grande fallimento? _____				
7	Qual è stato il tuo più grande rimpianto? _____				
8	Dove vivi, ti piace?	A	B	C	D
9	Con chi vivi? _____				
10	Hai mai sognato di andare a vivere in un posto migliore?	A	B	C	D
11	Hai mai progettato di andare a vivere in un posto migliore?	A	B	C	D
12	Sei soddisfatto del tuo stato di forma?	A	B	C	D
13	Qual è il tuo più grande difetto? _____				
14	Chi ti ha supportato di più nella vita? _____				
15	Chi ti ha supportato di meno nella vita? _____				
16	Situazione sentimentale: _____				
17	Quante lingue estere sai parlare? _____				
18	A scrivere sei bravo?	A	B	C	D
19	A parlare in pubblico sei bravo?	A	B	C	D
20	Sai ascoltare le persone?	A	B	C	D
21	Sei cercato dalle persone per offrire consigli?	A	B	C	D
22	Ti sembra di dare buoni suggerimenti?	A	B	C	D
23	Dare consigli, ti piace?	A	B	C	D
24	Dedichi tempo a te stesso?	A	B	C	D
25	Sei ambizioso?	A	B	C	D
26	Lavori bene in team?	A	B	C	D
27	Da solo lavori bene?	A	B	C	D
28	Ti senti più predisposto a lavorare in team o da solo? _____				
29	Sei introverso?	A	B	C	D
30	Ti piacerebbe cambiare le tue abitudini?	A	B	C	D
31	Sei una persona che si lamenta?	A	B	C	D
32	Ti piacciono le persone di successo?	A	B	C	D
33	Chi è per te una persona di successo? _____				
34	Pratichi sport?	A	B	C	D
35	Hai mai fatto una vacanza da solo? _____				

36	Ti definisci una persona precisa?	A	B	C	D
37	Ti definisci una persona puntuale?	A	B	C	D
38	Ti definisci una persona ritardataria?	A	B	C	D
39	Sei fiducioso nelle tue abilità?	A	B	C	D
40	Com'è la qualità del tuo sonno?	A	B	C	D
41	Sei una persona felice?	A	B	C	D
42	Mangi quando sei stressato?	A	B	C	D
43	Leggere ti piace?	A	B	C	D
44	Hai fiducia negli sconosciuti?	A	B	C	D
45	Hai fiducia nelle persone che frequenti?	A	B	C	D
46	Pensi di essere un supporto per gli altri?	A	B	C	D
47	Hai una fonte di ispirazione?	A	B	C	D
48	Pensi di piacere alle persone?	A	B	C	D
49	Pensi di dare una buona impressione di te?	A	B	C	D
50	Tra successo e attitudine mentale, credi che ci sia un legame?	A	B	C	D
51	Credi che dipenda tutto da te?	A	B	C	D

52 Scrivi qui le 10 cose che sai fare

I _____

II _____

III _____

IV _____

V _____

VI _____

VII _____

VIII _____

IX _____

X _____

53 Quali decisioni hanno forgiato positivamente la tua vita? _____

54 Come? _____

55 Quali sono stati gli effetti? _____

56 Individua un obiettivo che stai rimandando: _____

57 Come sarebbe se tutto andasse come vorresti? _____

58 Quali sarebbero i benefici? _____

59 7 punti specifici della tua vita. Considera un' area alla volta e dagli un voto da 0 a 10

- a Stato di forma
- b Emozioni
- c Soddisfazione economica
- d Rapporti umani
- e Tempo dedicato a te stesso
- f Ambito professionale
- g Soddisfazione personale

Cosa ti piace?	Cosa non ti piace?
Le tue passioni?	I tuoi desideri reali?

I TUOI LIMITI:

LE TUE PAURE:
